ॐ

॥ श्री परमात्मने नमः ॥

॥ श्री दामोदरो जयति ॥

॥ श्री यजुर्वेद त्रीकाल संध्या ॥

वैकुंठवासि ठाकोर ननुभाई उर्फे पुरुषोतमलालभाई
हरिलालभाई स्मरणार्थे जीज्ञासु धार्मीक
महाशयोने विना मुल्ये.

વૈકુંઠવાસિ નનુભાઈ સ્મરણાર્થે તૈયાર કરનાર

शुक्ल हरिलाल जादवजी राधनपुर.

વિનામુલ્યે આપનાર प्रकाशको

ठाकोर चंदुलाल हरिलाल तथा ठाकोर मंगळप्रसाद
हरिलाल. राधनपुर.

प्रत २००० प्रथमावृत्ति.

संवत १९७१ सन १९१५

ધી "ગુજરાત પ્રિન્ટીંગ પ્રેસ"માં શાહ સોમાલાલ મંગળદાસે
છાપી ચાંચકુવા રોડ અમદાવાદ.

कीमत परमात्मार्पण.

ॐ

॥ श्री परमात्मने नमः ॥

॥ श्री दामोदरो जयति ॥

॥ श्री यजुर्वेद त्रीकाल संध्या ॥

वैकुंठवासि ठाकोर ननुभाई उर्फे पुरुषोतमलालभाई हरिलालभाई स्मरणार्थे जीज्ञासु धार्मीक महाशयोने विना मुल्ये.

વૈકુંઠવાસિ નનુભાઈ સ્મર્ણાર્થે તૈયાર કરનાર

शुक्ल हरिलाल जादवजी राधनपुर.

વિનામુલ્યે આપનાર પ્રકાશકો

ठाकोर चंदुलाल हरिलाल तथा ठाकोर मंगळप्रसाद हरिलाल. राधनपुर.

प्रत २००० प्रथमावृति

संवत १९७१ सन १९१५

ધી "ગુજરાત પ્રિન્ટીંગ પ્રેસ"માં શાહ સોમાલાલ મંગળદાસે છાપી. પાંચકુવા રોડ—અમદાવાદ.

कीमत परमात्मार्पण.

॥ श्री दामोदरोजयति ॥

વૈકુંઠવાસી ઠાકોર નનુભાઇ ઉર્ફે પુરસોત્તમલાલભાઇ હરીલાલભાઇનું જીવનચરીત્ર લખી કીર્તિ બતાવવાનું યેાગ્ય ધાર્યું નથી. પરંતુ વૈકુંઠવાસી કોણુ હતા એવી જીજ્ઞાસા પુસ્તક જેના હાથમાં આવે તેમને પ્રથમ દરજ્જે થાય એ સ્વભાવીક છે તેથી જરૂર પુરતી હકીકત અત્રે જણાવવાની ખાસ અગત્ય છે એમ ધારી જણાવવામાં આવે છે કે—

રાધનપુર સ્વસ્થાન કે જે ફર્સ્ટ કલાસ રાજ્ય છે તે તાબાના ગામ ઉડાઇ તથા રાજપુરાના ઇનામદાર સાહેબ અને માજી દીવાન સાહેબ ઠાકોર હરિલાલભાઇ અમૃતરામજી જેમનું નામ પણુ ગુજરાત વીગેરે સ્થળેામાં સુપ્રસીદ્ધ છે તેમના તેંઓ કનીષ્ટ પુત્ર હતા.

તેમનું કુટુંબ રાધનપુર રાજ્યના સુપ્રખ્યાત અને ન્યાયનીપુણુ પ્રતાપી બાબી વંશના રાજ્ય કર્ત્તાઓની શેવા સાત પેઢીથી નેક ઇનામદારીથી કરતું આવેલ છે અને તે કુટુંબની વફાદારી ભરેલી નેક ઇમાનદારીની અમુલ્ય શેવાઓની કદર કરીને ખુદાવીંદ નામદાર નવાબ સાહેબે તે નોકરીના બદલામાં ઉંડાઇ અને રાજપુરા ગામ વંશપરંપરા માટે બક્ષીસ આપવા સાથે મસાલ, છત્રી તથા પાલખી, ચેાબદારની ઇજત આપવાની મેહેરબાની કરવા ઉપરાંત પગમાં સેાનું પહેરવાની મહાન ઇજત બક્ષીસ કરેલી છે.

વૈકુંઠવાસી નનુભાઇ ઉર્ફે પુરસોત્તમલાલભાઇના સબંધમાં એટલુંજ લખવું બસ થશે કે તેમણે મુંબાઇની એલફીનસ્ટન કેાલેજમાં કેળવણી લીધા બાદ ગવર્નમેન્ટ પેાલીસ ખાતામાં દાખલ થવાની તેમની ઇચ્છા થવાથી નામદાર સરકારની મંજુરી મેળવી પેાલીસ ટ્રેનીંગ સ્કુલમાં દાખલ થઇ ત્યાંની પરીક્ષા પસાર કરીને મુંબાઇની પેાલીસમાં જોખમ ભરેલા હેાદ્દા ઉપર દાખલ થયા હતા ત્યાં તેમની લગભગ બે વરસની કારકીર્દીમાં તેમના ઉપરીનેા અત્યંત વિશ્વાસ અને પ્રીતી સંપાદન કરવા

સાથે તાબાના માણુસો તેમજ તેમના સહવાસમાં આવનાર દરેક મનુષ્યની અનહદ ચાહના તેમણે મેળવી હતી.

તેઓ પોલીસ ખાતામાં રહ્યા છતાં નીતીવાન દયાવાન ધર્મ કર્મમાં તત્પર ન્યાય નિપુણુ હોવા ઉપરાંત નિરાધાર વિદ્યાર્થીઓને અનહદ મદદ કરતા હતા. સંત, સાધુ, બ્રાહ્મણોનો ઘણાજ આનંદથી સત્કાર કરવામાં પછાત રહેતા નહીં અને નીરાધાર ગરીબ મનુષ્યો માટે તેઓ છુટા હાથે ન્યાત જાતના તફાવત વગર તન, મન ધનથી મદદ કરતા હતા.

તેઓ સાહેબ શાન્ત માયાળુ પ્રકૃતીવાન દ્દઢ નીશ્ચય સત્યપરાયણ અને નાનપણથીજ પવીત્ર જીંદગી ગુજારનાર હતા.

સંવત ૧૯૭૦ ના માર્ગશીર્ષ વદી ૧૧ ના રોજ તેઓ સાહેબના પવીત્ર આત્માએ આ ફના દુનીઆમાંથી ભર યુવાવસ્થામાં એકદમ ક્ષણુભંગુર દેહનો ત્યાગ કરીને વૈકુંઠવાસ કરેલ છે શ્રીમદ્દભગવદ્દગીતાના દશમા અધ્યાયના પાંત્રીસમા શ્લોકમાં કહેલ છે કે **॥માસાનાં માર્ગ શીર્ષોહમ્॥** એટલે કે મહીનાઓમાં હું માર્ગ શીર્ષ માસ છું એમ સાક્ષાત્ શ્રીકૃષ્ણ પરમાત્માએ કહેલું છે તેવા મહાન પવિત્ર અને સાક્ષાત્ કૃષ્ણ સ્વરૂપ માર્ગશીર્ષ માસમાં અને વળી એકાદશી જેવા મહાન પવિત્ર દીવસે તેમનો વૈકુંઠવાસ થયો છે.

તેમનામાં તેમના નામ પ્રમાણે મહાન્ સદ્દગુણો હતા તે વીશે તેમજ તેમણે પૃથક પૃથક કરેલા મહાન ઉપકારો માટે વીવેચન કરવા જતાં એક મોટું પુસ્તક લખીએ તોપણ પુરૂં થાય તેમ નથી જેથી આટલેથીજ બસ કરીને તેવા દૈવી પુરૂષના સ્મર્ણાર્થ આ ધાર્મીક લઘુ પુસ્તક બહાર પાડવાનું ઉચીત ધાર્યું છે.

નીમ્ર સેવક.

હરીલાલ બાદરજી સુકલ.

ॐ

॥ श्री ॥

॥ अथ संध्या प्रयोग ॥

બહાર જલાશયમાં ટાઢે પાણીએ કે ઘેર ગરમ પાણીએ વધીપૂર્વક સ્નાન કરી રહ્યા પછી પવિત્ર વસ્ત્ર પહેરી ડાબા ખભાપર બીજું ઉપવસ્ત્ર રાખી પવિત્ર સ્થળે પવિત્ર [1]આસનપર પૂર્વાભિમુખે સ્વસ્તિકાદી આસનથી બેસવું પોતાની આગળ બે [2]તરભાણી અને બે પવિત્ર [3]જલથી ભરેલાં પંચપાત્ર, આચમની, અર્ઘીયું, તથા જલનો તાંબાનો લોટો સ્વચ્છતાર્થી ભરેલો તે તમામ સામન રાખી પછી સ્વસ્થ

---

૧. દર્ભનું, મૃગચર્મનું, વાઘાંબરનું, કે ઉનનું બનાવેલું આસન સંધ્યા વંદનના કામમાં લેવું. કેવળ ઉઘાડી પૃથ્વીપર કે કેવળ લાકડાના આસનપર બેસી સંધ્યાવંદન કરવું નહીં.

૨. સંધ્યા કરવાનું પાણી પરપોટાવાળું ફીણવાળું, ઉનું કે ખારૂં નહીં હોવું જોઇએ. ટાઢું પાણી મલી શકે તેમ કોઇ ઉપાય ન હોય તો પછી ઉના પાણીને ઠંડું કરી કામમાં લેવું. પાણી ખારૂં હોય તો તેને ગાયત્રી મંત્રથી અભિમંત્રી ઉપયોગ્યમાં લેવું.

૩. સંધ્યા કરવાનાં પાત્રો ત્રાંબાના અગર રૂપાનાં હોવાં જોઇએ (ચંદન રાખવાનું પાત્ર ત્રાંબાનું નહીં) ચંદન રાખવાનું પાત્ર પીતળ ચાંદી કે જરમન શીલવરનું રાખવું જોઇએ.

થઇ શરીરના લલાટાદી ભાગ ઉપર [1]ઉર્ધ્વપુંડ્ર કરી પછી હાથ ધોઇ જમણા હાથથી હથેલીમાં એક માસાભર જલ લઇ તે હાથનો અંગુઠો તથા ટચલી આંગળી જુદાં રાખી તથા તે હાથને ડાબા હાથની ટચલી આંગળી અડાડી રાખી નીચેના મંત્રો વડે આચમન કરવું.

१ ॐ अच्युताय नमः ॥ એમ બોલી પ્રથમ વખત પાણી પીવું (આચમન કરવું)

२ ॐ अनंताय नमः ॥ એમ બોલી બીજીવખત આચમન કરવું (પાણી પીવું)

३ ॐ गोविंदाय नमः ॥ એમ બોલી ત્રીજી વખત આચમન કરવું (પાણી પીવું)

(એ પ્રમાણે ત્રણ વખત હથેલીમાં પાણી લઈ પીવું.)

તે હથેલીને ધોઇ નાંખી નીચેનાં શ્રી ભગવાનનાં નામો વતી નીચે પ્રમાણે પોતાના શરીર ઉપર ન્યાસ કરવા એટલે નીચે બતાવેલ અંગે જમણો હાથ અડાડવો.

ॐ केशवायनमः ॥ पादावङ्गुष्ठौ ॥ બન્ને પગના અંગુડે જમણો હાથ અડાડવો.

---

૧. શ્રી વૈશ્નવ સંપ્રદાયમાં સંધ્યા કરતી વખતે ઉર્ધ્વપુંડ્ર ત્રીપુંડ કરવાનું છે અને બીજા સંપ્રદાયોમાં પોતપોતાના સંપ્રદાય પ્રમાણે જે ઘતું હોય તે કરી પછી સંધ્યાવદન કરવું જોઇએ.

ॐ नारायणायनमः ॥ गुलफयोः ॥ ઢીંચણના નીચેના ભાગોને હાથ અડાડવો.

ॐ माधवायनमः ॥ जंघयोः ॥ જાનુંના નીંચેના ભાગે અને ઢીંચણના ઉપરના ભાગે હાથ અડાડવો.

ॐ गोविंदायनमः ॥ जान्वोः ॥ બન્ને જાનુંએ હાથ અડાડવો.

ॐ विष्णवेनमः ॥ उर्वोः ॥ પગોના મુળોએ હાથ અડાડવો.

ॐ मधुसुदनायनमः ॥ गुदे ॥ ગુદાએ હાથ અડાડવો.

ॐ त्रिविक्रमनायनमः ॥ लिंगे ॥ લીંગે હાથ અડાડવો.

ॐ वामनायनमः कण्ठे ॥ ગળે હાથ અડાડવો.

ॐ श्रीधरायनमः ॥ नाभौ ॥ નાભીએ હાથ અડાડવો.

ॐ हृषीकेशायनमः ॥ उदरे ॥ પેટે હાથ અડાડવો.

ॐ पद्मनाभायनमः ॥ स्तनयोः ॥ સ્તને હાથ અડાડવો.

ॐ दामोदरायनमः ॥ हृदि ॥ છાતીએ હાથ અડાડવો.

ॐ शंकर्षणायनमः ॥ कण्ठे ॥ ગળે હાથ અડાડવો.

ॐ वासुदेवायनमः ॥ मुखे ॥ મોઢે હાથ અડાડવો.

ॐ प्रध्युम्नायनमः ॥ तालुदेशे ॥ મોઢે હાથ અડાડવો.

ॐ अनिरुद्धायनमः ॥ नासिकाग्रे ॥ નાકે હાથ અડાડવો.

ॐ पुरुषोत्तमायनमः ॥ नेत्रयोः ॥ આંખોએ હાથ અડાડવો.

ॐ अधोक्षजायनमः ॥ भ्रुवोर्मध्ये ॥ બે ભમર વચ્ચે હાથ અડાડવો.

ॐ नृसिंहायनमः ॥ ललाटे ॥ કપાળે હાથ અડાડવો.

ॐ अच्युतायनमः ॥ पूर्वमुखे ॥ પુર્વ દીશામાં પગે લાગવું.

ॐ जनार्दनायनमः ॥ दक्षिणमुखे ॥ દક્ષિણ દીશામાં પગે લાગવું.

ॐ उपेन्द्रायनमः ॥ पश्चिममुखे ॥ પશ્ચીમ દીશામાં પગે લાગવું.

ॐ हरयेनमः ॥ उत्तरमुखे ॥ ઉત્તર દીશામાં પગે લાગવું.

ॐ कृष्णायनमः ॥ मूर्ध्नि ॥ માથે જમણો હાથ અડાડવો.

પછી જમણા હાથની હાથેળીમાં પાણી રાખી નીચેનો સંકલ્પ કરવો.

अत्राद्य महामाङ्गल्यप्रद अमुकमासे,[1] अमुकपक्षे,[2] अ-

---

૧. આંહી જે માસ હોય તે કહેવા.

कार्तिकमासे, मार्गशीर्षमासे, पौषमासे, माघमासे, फाल्गुनमासे, चैत्रमासे, वैशाखमासे, ज्येष्ठमासे, आषाढमासे, श्रावणमासे, भाद्रपदमासे, आश्वीनमासे.

૨. આંહી એમાંનું જે પખવાડીયું હોય તે કહેવું.

शुल्कपक्षे (શુદ પખવાડીયાને કહે છે.)

कृष्णपक्षे (વદને એટલે અંધારીયા પક્ષને કહે છે.)

मुक[3] तिथौ, अमुक[4] वासरे, यथावर्तमान नक्षत्रयोग करण लग्नमहूर्त समवाये एवंग्रह विशिष्टायां शुभपूण्यतिथौ ममोपात्त दुरितक्षयार्थं परब्रह्मवाप्तयेप्रातःसंध्योपासन महंकरिष्ये ॥

નીચેનો ગાયત્રી મંત્ર ભણી શીખા બાંધવી. ॐ भूर्भुवः स्वः ॐ तत्स वितुर्वरेण्यं भर्गोदेवस्यधीमहि ॥ धियोयोनः प्रचोदयात् ॐ

---

૩. આંહી જે તિથી હોય તે કહેવી.

प्रतिपत्तिथौ, द्वीतीयायांतिथौ, तृतियायांतिथौ, चतुर्थ्यांतिथौ, पञ्चम्यांतिथौ, षष्ठ्यांतिथौ, सप्तम्यांतिथौ, अष्टम्यांतिथौ, नवम्यांतिथौ, दशम्यांतिथौ, एकादश्यांतिथौ, द्वादश्यांतिथौ, त्रयोदश्यांतिथौ, चतुर्दश्यांतिथौ, पौर्णमास्यां तिथौ, अमावाश्यांतिथौ.

૪. આંહી જે વાર હોય તે કહેવો.

रविवासरे, सोमवासरे, भौमवासरे, बुधवासरे, गुरूवासरे, भृगुवासरे, शनिवासरे.

૫. પદચ્છેદ તથા પદાર્થ.

अत्र અહીં **अद्य** આજ **महामाङ्गल्यप्रदे** અત્યંત મંગલ્ય આપનાર **अमुकमासे** અમુક માસમાં **अमुक पक्षे** અમુક પક્ષમાં **अमुक तिथौ** અમુક તિથિમાં **अमुक वासरे** અમુક વારમાં **यथावर्तमान नक्षत्र योगकरण लग्न महुर्त समवाये** નક્ષત્ર, યોગ્ય, કરણ, લગ્ન, મહુર્ત જે આજે હોય તે સહીત, **एवं** એ પ્રમાણે ગ્રહગુ

પછી નીચેના ત્રણ મંત્રો ભણતાં જવું અને દરેક મંત્રે આચમન કરવું એટલે ત્રણ વખત જમણી હથેલીમાં માસા-ભર પાણી પૃથક પૃથક લઈ પીવું.

૧ ॐ भूः पुनातु ॥ એ મંત્રવડે પહેલું એક વખત.

૨ ॐ भुवः पुनातु ॥ એ મંત્ર બોલી બીજી વખત.

૩ ॐ स्वः पुनातु ॥ એ મંત્રથી ત્રીજી વખત એમ ત્રણ વખત પાણી લઈ આચમન કરવું.

विशिष्टायां ગ્રહના સમુહથી યુક્ત **शुभपुण्य तिथौ** શુભ પવિત્ર તિથીમાં **मम्** મારાથી **उपात्त दुरिततक्षयार्थे** થએલા પાપના નાશના અર્થે **परब्रह्म प्राप्तये** બ્રહ્મને પ્રાપ્ત થવા માટે **प्रातः संध्योपासन** પ્રાતઃ સંધ્યાનું ઉપાશન **अहं** **हुं करिष्ये** કરીશ (**शब्दार्थ**) પ્રથક આપવાની આવસ્યક્તા રહેતી નથી કેમકે પદાર્થમાં ફેરફાર કરવાનો નથી.

ગાયત્રી મંત્રના ચોવીશ અક્ષરો.

૧	૨	૩	૪	૫	૬	૭	૮	૯	૧૦	૧૧	૧૨	૧૩	૧૪	૧૫
त	त्स	वि	तु	र्व	रे	णि	यं	भ	र्गो	दे	व	स्य	धी	म

૧૬	૧૭	૧૮	૧૯	૨૦	૨૧	૨૨	૨૩	૨૪
हि,	धि	यो	यो	नः	प्र	चो	द	यात्

ગાયત્રી મંત્રનો શબ્દોવાર પદચ્છેદ તથા પદાર્થ.

तत् તેના **सवितुः** (સઘળા પદાર્થોને) ઉત્પન્ન કરનાર.

वरेण्यम् ઉત્તમ. **भर्गः** તેજનું **देवस्य** પ્રકાશવાન. **धीमहि** ધ્યાન કરીએ છીએ. **धियः** બુદ્ધિને **यः** જે **नः** અમારી. **प्रचोदयात्** (ધર્મ, અર્થ, કામ અને મોક્ષમાં) પ્રેરે છે.

હવે નીચેના મંત્રો ભણતાં શરીરના ભાગોએ પોતાનો જમણો હાથ અડાડવો જે નીચે પ્રમાણે—

मनोमनो મુખે **वाक्वाक्** મુખે **प्राणप्राण** મુખે **चक्षुचक्षु** આંખોએ **श्रोत्रश्रोत्र** કાને **नाभी** ડુંટીએ **हृदय** છાતીએ **कण्ठ** ગળે **शिराशिखा** માથામાં રહેલી મધ્ય ભાગની ચોટલીએ **बाहुभ्यो** બન્ને હાથે **यशोबलं** એ પ્રમાણે દરેક અંગે જમણો હાથ મંત્રભણી અડાડવાનો છે.

ગાયત્રી, એટલે ગાનાર (બરાબર શાસ્ત્રોક્ત પ્રમાણે વીધીયુક્ત જપ કરનાર)ને પાપ થકી તારે છે માટે તે ગાનારને ગાયત્રી કરનાર અને તે મંત્રને ગાયત્રી કહેવાય છે.

ગાયત્રીનો ટુંકો અર્થ.

સઘળા પદાર્થોને ઉત્પન્ન કરનાર જે અમારી બુદ્ધિને ધર્મ, અર્થ, કામ અને મોક્ષમાં પ્રેરે છે એવા, ઉત્તમ તેજના પ્રકાશવાનનું અમે ધ્યાન કરીએ છીએ.

ૐ એ શબ્દ ચિત્ત અચિત્ત ઇશ્વર વાચક છે અને તે વેદનું તત્વમાં તત્વ બીંદુ છે જેનો અર્થ ઘણો વિસ્તારનો હોઇ આ જગ્યાએ ટુંકાણથી બતાવવામાં આવેલ છે ૐ ઉચ્ચાર કરવામાં આખા વિશ્વનો સમાસ થાય છે અને તેથી વૈદીક દરેક મંત્રના આરંભમાં તેનો ઉચ્ચાર અવસ્ય કરવો જોઇએ.

નીચેના મંત્રભણી પોતાના આખા શરીર ઉપર પાણી છાંટવું. આ પ્રમાણે પાણી છાંટતી વખતે ડાબા હાથની હથેલીમાં પાણી રાખવું અને હથેલીમાં જમણા હાથનાં આંગળાંઓ બોળી પોતાના શરીર ઉપર માર્જન (પાણી છાંટવું) કરવું.

૧ ૩ ૨ ૫ ૬ ૭ ૪ ૮
ॐ अपवित्रः पवित्रो वा सर्वावस्थांगतोऽपि वा ॥ यः
૧૦ ૯ ૧૧ ૧૨ ૧૩
स्मरेत्पुंडरीकाक्षं स बाह्याभ्यंतरः शुचिः ॥

भूः भुवः स्वः એ ત્રણ વ્યાહૃતી છે અને તે વેદમાંથી ટુંકાણ કરવાના પ્રસંગસર સાર રૂપે કાઢેલી છે. **भूः** પૃથ્વીના તેજનું ભાન કરાવે છે **भुवः** અંતરિક્ષના તેજનું ભાન કરાવે છે અને **स्वः** સ્વર્ગના તેજનું ભાન કરાવનાર છે આથી આખાવીશ્વનું સ્મરણ કરાવનાર હોઇ તેનું નામ વ્યાહૃતી પડેલું છે.

ઉપરના ત્રણ આચમનનો અર્થ નિચે પ્રમાણે થાય છે.

÷૧ પૃથ્વીની સાથે સંબંધ રાખનારો પ્રાણ શુદ્ધ થાઓ.

÷૨ અંતરિક્ષ સાથે સંબંધ રાખનારો પ્રાણ શુદ્ધ થાઓ.

÷૩ સ્વર્ગ સાથે સંબંધ ધરાવનાર પ્રાણ શુદ્ધ થાઓ.

આ પ્રમાણે આચમન થવાથી પ્રાણની શુદ્ધી થાય છે.

૧ ૨ ૩ ૪ ૫ ૬
અપવિત્ર અથવા પવિત્ર અથવા ગમેતે અવસ્થામાં રહ્યો હોય
૭ ૮ ૯ ૧૦ ૧૧ ૧૨ ૧૩
તોપણ જે ભગવાનનું સ્મરણ કરે તે બહાર અને અંદર પવિત્ર

પછી નીચેનો મંત્ર ભણી આપણા સન્મુખ, સાક્ષાત્ પરબ્રહ્મ ભગવાન બીરાજેલા છે એ નિશ્ચયતા રાખી, બન્ને હાથો જોડી નીમ્ર હૃદયથી, (કામ ક્રોધાદિ, છ શત્રુઓનો નાશ કરી શુદ્ધ મનથી) પગે લાગવું.

ॐ पुंडरीकाक्षाय नमः ॥

પછી જમણા હાથમાં પાણી રાખી નીચેનો સંકલ્પ કરવો.

पृथ्वी त्वयेति मंत्रस्य मेरुपृष्ठऋषि ॥ सुतलंच्छंदः ॥ कूर्मो देवता ॥ आसने विनियोगः આ પ્રમાણે કર્યાપછી પાણી તરભાણામાં મુકી દેવું અને નીચેનો મંત્ર ભણી પૃથ્વી ઉપર માર્જન કરવું (પાણી છાંટવું).

૧ ૨ ૩ ૪ ૫ ૬ ૭ ૮

ॐ पृथ्वि त्वया धृता लोका देवि त्वं विष्णुना धृता ॥

૧૧ ૧૩ ૧૨ ૧૦ ૧૬ ૧૭ ૧૪ ૧૫

त्वं च धारय मां देवि पवित्रं कुरु चा सनम् ॥

ઉપરનો મંત્ર ભણતાં સુધી, ડાબા હાથની હથેલીમાં પાણી

થાઓ. આ મંત્રનું તાત્પર્ય એ છે કે સ્થુળ શરીરમાં કિંવા સુક્ષ્મ શ-રીરમાં અશુદ્ધી રહી હોય તો તે આ મંત્રથી દુર કરવાની છે અને તેથી શુદ્ધી થવા બાદ શ્રી ભગવાનને પગે લાગવું.

૧ ૨ ૩ ૪

હે પૃથ્વી તેં જગતને (સ્થાવર જંગમ પદાર્થને) ધારણ કરેલ

૫ ૬ ૮

છે હે દેવી તું વિષ્ણુવડે (સૂર્યવડે) ધારણ કરાએલ છે અને હે

૦ ૧૧ ૧૨ ૧૩ ૧૪ ૧૫ ૧૬ ૧૭

દેવી તું મને ધારણ કર, અને આસનને પવિત્ર કર.

લઈ જમણા હાથનાં આંગળાંઓવડે પોતાના આસનથી ફરતી ચારે બાજુની જમીન ઉપર પ્રોક્ષણ કરવું (પાણી છાંટવું).

પછી ડાબા હાથમાં પાણી રાખવું, જમણા હાથે પોતાના શરીર ઉપર માર્જન કરવું અને નીચેના મંત્રો ભણવા.

૧૮ ॐ भुः पुनातु ॥ ॐ भुवः पुनातु ॥ ॐ स्वः पुनातु ॥ ॐ महः पुनातु ॥ ॐ जनः पुनातु ॥ ॐ तपः पुनातु ॥ ॐ सत्यं पुनातु ॥ ॐ तत्सवितुर्वरेण्यं भर्गो देवस्यधीमहि ॥ धियोयोनः प्रचोदयात् ॥ ॐ सर्वं पुनातु ॥

પછી નીચેના મંત્રથી પોતાનાં બન્ને હાથનાં આંગળાંઓના ન્યાસ કરવાના છે.

ॐ अंगुष्टाग्रेतु[१] गोविंदं ॥ तर्जन्यांतु[२] महीधरं ॥ मध्यमायां[३] हृषीकेशं ॥ अनामिक्यां[४] त्रिविक्रमं कनिष्ठिक्यां[५] न्यसेद्विष्णु ॥ करमध्येतु[६]माधवं ॥ वासुदेवं कराग्रेतु[७] ॥ करपृष्टे[८] जनार्दनं ॥ एवंयः[९] कुरुतेजाप्यं ॥ तत्सर्वं[१०] चाक्षयं भवेत्.

૧ બન્ને હાથના અંગુઠાએ અંગુઠા પાસેની આંગળી અડાડવી.

---

૧૮ આ માર્જનથી સ્થુલ અને સુક્ષ્મ શરીર સાથે સંબંધ રાખનારા દરેક પ્રાણી શુદ્ધીને પામે છે.

૨ અંગુઠા પાસેની પ્રથમની આંગળીને અંગુઠો અડાડવો.

૩ વચલી આંગળીને અંગુઠો અડાડવો.

૪ ચોથી આંગળી (ટચલીની પ્રથમની આંગળીને)ને અંગુઠો અડાડવો.

૫ ટચલી અંગળીને અંગુઠો અડાડવો.

૬ હાથના મધ્ય ભાગમાં તમામ આંગળાંઓ ફેરવવાં.

૭ બન્ને હાથનાં કાંઠા અરસપરસ અડાડવાં.

૮ બન્ને હાથનાં કાંડાઓનો પાછળનો ભાગ પંજા સહીત અરસપરસ અડાડવો.

૯–૧૦ વાળા મંત્રો ભણી જવાના છે.

(અડાડવો એટલે ટેરવાથી મુળ સુધી અંગુઠો લાવી અડાડી રાખવો.)

---

૧ અંગુષ્ટા અંદર ગોવીંદ ભગવાન રહે તેમ સ્મરણ કરવાનું છે

૨ તર્જની કે જે અંગુઠા પાસેની આંગળી છે તેમાં મહીધર ભગવાન રહે તેમ સ્મરણ કરવાનું છે.

૩ મધ્ય આંગળીમાં હૃષીકેશ ભગવાન રહે તેમ સ્મરણ કરવું.

૪ છેલ્લી આંગળીની પાસેની આંગળીનું નામ અનામિકા છે તેમાં ત્રિવિક્રમ ભગવાન રહે તેમ સ્મરણ કરવું.

૫ ટચલી (કનીષ્ટીકામાં વિશ્નુ ભગવાન રહે તેમ સ્મરણ કરવું.

૬ હાથના મધ્ય ભાગમાં માધવ ભગવાન રહે તેમ સ્મરણ કરવું.

૭ હાથના અગ્રભાગમાં વાસુદેવ રહેવાનું સ્મરણ કરવું.

૮ હાથના પાછળના ભાગમાં જનાર્દન ભગવાન રહે તેમ સ્મરણ કરવું.

હવે નીચેના મંત્રો ભણતા જવું અને ન્યાસ કરવા.

ॐ भूः हृदयायनमः ॥ છાતીએ જમણો હાથ અડાડવો.

ॐ भुवः शिरसेस्वाहा ॥ માથે જમણો હાથ અડાડવો.

ॐ स्वः शिखायैवषट् ॥ શીખાએ જમણો હાથ અડાડવો.

ॐ तत्सवितुर्वरेण्यं कवचायहुं ॥ બન્ને હાથના બાહુના મુળે જમણો હાથ અડાડવો.

भर्गोदेवस्य धीमहि नेत्राभ्यां वौषट् બન્ને ચક્ષુએ જમણો હાથ અડાડવો.

धियोयोनः प्रचोदयात् अस्त्रायफट् જમણો હાથ માથા ઉપર ફેરવી. ડાબા સવળા હાથ ઉપર તાલી પાડી અવાજ કરવો.

ॐ कारनाभौ નાભીએ ॐ कारहृदि છાતીએ मकारं मूर्ध्नि ॥ માથે ॐ भूः पादयोः ॥ પગે ॐ भुवः जान्वोः ॥ બન્ને પગની જાનુંએ ॐ स्वः उर्वो ॥ ડુંટી નીચે ॐ जठरे છાતીએ ॐ जनः कंण्ठे ॥ ગળે ॐ तपः मुखे મોઢે ॐ सत्यंशिरसि ॥ માથે આ પ્રમાણે જમણો હાથ દરેક અંગે અડાડવાનો છે.

अथ गायत्रीन्यासः ॥ હવે ગાયત્રીના અક્ષરેાથી નીચેના ન્યાસ કરવાના છે.

ॐ तकारं पादावङ्कुष्ठौ ॥ બન્ને પગના અંગુઠે.

ॐ सकारंगुल्फयोः ॥ ઢીંચણુના નીચેના ભાગે.

ॐ विकारं जंघयोः ॥ જાનુંના નીચેના ભાગે અને ઢીંચણુના ઉપરના ભાગમાં.

ॐ तुकारंजान्वोः ॥ જાનુંએ ॐ वकारंउर्वोः ॥ પગના મુળે ॐ रेकारंगुदे ગુદાએ ॐ णिकारंलिंगे ॥ લીંગે ॐ यकारंकंण्हे ॥ ગળે ॐ भकारंनाभौ ॥ નાભીએ ॐ गोकारंउदरे ॥ પેટે ॐ देकारेस्तनयोः ॥ સ્તને ॐ वकारंहृदि ॥ છાતીએ ॐ स्यकारंकण्ठे ॥ ગળે ॐ धीकारंमुखे ॥ મેાઢે ॐ मकारंतालुदेशे ॥ મેાઢે ॐ हिकारंनासिकाग्रे ॥ નાકે ॐ धिकारंनेत्रयोः ॥ આંખેાએ ॐ योकारंभ्रुवोर्मध्ये ॥ બે ભમર વચ્ચે ॐ योकारंललाटे ॥ કપાળે.

ॐ वकारंपुर्वमुखे ॥ પૂર્વ દીશામાં પગે લાગવું.

ॐ भकारंदक्षिणमुखे દક્ષિણુ દીશામાં પગે લાગવું.

ॐ चोकारंपश्चीममुखे પશ્ચીમ દીશામાં પગે લાગવું

ॐ दकारंउत्तरमुखे ॥ ઉત્તર દીશામાં પગે લાગવું.

ॐ याकारंमूर्घ्नि ॥ માથે ॐ तकारंव्यंजनं सर्वव्यापि એ બોલી ચારે બાજુએ એકી સાથે પગે લાગવું ॐ आवो- गुह्यं ॥ ગુહ્યે ॐ ज्योतिश्चक्षुषि ॥ આંખોએ ॐ रसोवक्के ॥ મુખે ॐ अमृतंजान्वोः ॥ જાનુંએ ॐ ब्रह्महृदये ॥ છાતીએ ॐ भूः पादयोः પગે ॐ भुवःनाभौ ॥ નાભીએ ॐ स्वः ललाटे ॥ માથે अकारंमूर्घ्नि ॥ मस्तके ॥ આ પ્રમાણે શરીરના ભાગોએ ન્યાસ કરવા.

પછી પ્રાતઃકાલની સંધ્યાની મુખ્યદેવીવું આવહન કરવું (આ વખતે આપણી સામે સાક્ષાત ગાયત્રી દેવી હાજરજ છે એમ અંતઃકરણમાં ચોકસ ઠસાવવાનુ છે) હવે બન્ને હાથો જોડી નીચેનો મંત્ર ભણવો એથી આવાહન થશે.

१ ॐ गायत्री त्र्यक्षरो बाल ॥ साक्षमुत्र कमंडलुं ॥
रक्त वस्त्रां चतुर्वक्त्रां ॥ हंसवाहन संस्थिताम् ॥
ऋग्वेदनकृतोत्संगां ॥ ब्रह्माणी ब्रह्मरुपिणी ॥
ब्रह्मरूपार्कदैवत्यां ॥ ब्रह्मलोक निवासिनीं ॥
आवाहयाम्यहंदेवि ॥ माया तीं सूर्यमडलात् ॥
आगच्छ वरदेदेवि ॥ त्र्यक्षरे ब्रह्मवादिनि ॥
गायत्री छंदसामात ॥ ब्रह्मयोनि नमोस्तुते ॥

ઉપરનો મંત્ર ભણુતાં સુધી હાથ જોડી રાખવા અને ઉપરનો પુરો મંત્ર ભણી જવો આથી આવાહન થાય છે.

પછી જમણા હાથમાં પાણી રાખી નીચેનો મંત્ર ભણી પાણી નીચે મુકવું.

ॐ कारस्य ब्रह्मा ऋषिः ॥ देवी गायत्री छंदः ॥ परमात्मा देवता ॥ सप्तव्याहृतीनां विश्वामित्र जमदग्निर्भरद्वाज गौतमात्रिर्वशिष्ट कश्यपा ऋषयः गायत्र्युष्णिगनुष्टप् बृहतीपंक्ति त्रिष्टुप् जगती छंदांस्यग्नि वायु सूर्य बृहस्पति वरुणेंद्र विश्वेदेवा देवता ॥ तत्सवितुरिति विश्वामित्र ऋषिः ॥ गायत्री छंदः ॥ सविता देवता ॥ आपोज्योतिरिति प्रजापति ऋषिः ॥ अनुष्टुप् छंदाग्नि ॥ ब्रह्माग्नि वायु सूर्योदेवता ॥ प्राणायामे विनियोगः ॥ આટલું ભણી પાણી નીચે મુકવું.

ॐ नमो भगवते वासुदेवायेति आत्मनः प्रदक्षिण मुदकं प्रक्षिपत् ॥ આ પ્રમાણે ભણતાં સુધી, જમણા હાથમાં પાણી રાખવું અને છેવટે તે પાણી સુંઘી ચોતરફ ફેરવી જમીન ઉપર નાંખી દેવું.

---

૧ ગાયત્રી, ત્ર્યક્ષરા, બાલા, કમળવાળી, જનોઈને કમંડલુવાળી, રાતા વસ્ત્રવાળી, ચાર મુખવાળી, હંસવાહન ઉપર બીરાજેલી અને જેનો રૂગવેદ છે તેવી બ્રહ્માણી બ્રહ્મની શક્તીવાળી, બ્રહ્મરૂપવાળી, બ્રહ્મલોકમાં રહેનારી સૂર્ય મંડલથી આવનારી દેવીનું હું આવાહન કરૂં છું. હે વર દેનારી દેવી, હે ત્ર્યક્ષરે, હે બ્રહ્મવાદીની આવ હે ગાયત્રી હે વેદની માતા હે બ્રહ્મયોની તને નમસ્કાર છે.

નીચેના મંત્રવડે પ્રાણાયામ કરવો.

ॐ भूः ॐ भुवः ॐ स्वः ॐ महः ॐ जनः ॐ तपः ॐ सत्यं ॐ तत्सवितुर्वरेण्यं भर्गो देवस्यधीमहिधियोयोनः प्रचोदयात् ॥ ॐ आयोज्योती रसोमृतं ब्रह्मभूर्भुव स्वरोम् ॥

ઉપરનો પ્રાણાયામ કરવાની રીત એવી છે કે—

આંખો બંધ રાખી, મૌન ધારણ કરી સ્વસ્થ ચીત્તે મનને બીજે કોઈ પણ રસ્તે નહી જવા દેતાં મનને કાબુમાં લઇ આ પ્રાણાયામના કામમાંજ મનને દોરી ગુદાને સંકોચી પછી—

જમણા હાથના અંગુઠા વતી જમણી નાશીકા દબાવી ઉપરનો મંત્ર ત્રણ વખત ભણવો અને બહારનો પવન ડાબી નાસીકાથી અંદર લેવો.

પછી જમણા હાથની છેલ્લી બે આંગળી વતી ડાબી નાસીકા દબાવી અને તે વખતે અંગુષ્ટવડે જમણી નાસીકા પણ દબાવી રાખવી અને સદરહુ મંત્ર ત્રણ વખત ભણવો અને પવનને ભરેલ છે તેને શરીરના તમામ ભાગમાં ફરવા દેવો.

પછી જમણી નાસીકા ખુલ્લી મુકવી અને ડાબી નાસીકા જે પ્રમાણે દબાવેલ છે તેજ પ્રમાણે દબાવી રાખી ઉપરનો મંત્ર ત્રણ વખત ભણવો અને ભરેલા પવનને બહાર કાઢવો

આ પ્રમાણે ઉપરનો મંત્ર આ પ્રાણાયામમાં નવ વખત ભણી જવો.

પ્રથમ જે પહેલો વિભાગ તેનું નામ પુરક તે વડે નાશીકામાં શ્વાસ ભરવો અને તે વખતે અંતઃકરણમાં રહેલી ભાવનાઓ શુદ્ધ થવાને ઇચ્છવું.)

(બીજા ભાગનું નામ કુંભક તેમાં ભરેલો શ્વાસ ગોટવાવવો અને શરીરની શુદ્ધિ થવા માટે આખા શરીર અંદર પવનને ફેરવવો.)

(ત્રીજા ભાગનું નામ રેચક એથી અંદરના ભરેલા પવનથી અંતઃકરણની શુદ્ધિ થતાં જે મેલ એકત્ર થયો હોય તે બહાર કાઢવો.)

પછી જમણા હાથમાં પાણી રાખી નીચેનો સંકલ્પ કરવો.

सूर्यश्चमेति मंत्रस्यनारायण ऋषि ॥ अनुष्टुप छंदः ॥ सूर्यो देवता अंबुप्राशनेविनियोगः ॥

હવે નીચેનો મંત્ર ભણતાં સુધી જમણા હાથમાં પાણી રાખવું અને તે પાણી મંત્ર પુરો ભણ્યા બાદ આચમન કરી જવું (પી જવું).

[1]ॐ सूर्यश्चमामन्युश्च मन्युपतयश्च मन्युकृतेभ्यः पापेभ्यो-

---

૧. પદચ્છેદને પદાર્થ.

सूर्यं સૂર્ય च તથા मा મારી मन्यु યજ્ઞ चमन्युपतय યજ્ઞના

रक्षंतां, यद्राऽयापापमकार्षं, मनसा वाचा हस्ताभ्यां पदूभ्या-मुदरेण शिश्ना, रात्रि स्तद वलुंपतु, यत्किंचि दुरितंमयि, इंद महंमाममृतयोनौ, सूर्ये ज्योतिषि जुहोमि, स्वाहा ॥ ततोद्वीराच मनम् ॥

પછી જમણા હાથમાં પાણી રાખી નીચેનો સંકલ્પ કરવો.

आपोहिष्टा मिति तिसृणां सिंधुद्वीप ऋषिः ॥ गायत्री छंदः ॥ आपो देवता ॥ मार्जने विनियोगः ॥

ડાબા હાથમાં પાણી રાખી નીચેના મંત્રો ભણતાં સુધી જમણા હાથની આંગળીઓ વડે પોતાના શરીર ઉપર માર્જન કરવું.

ॐ आपोहिष्टामयो भुवस्ता न उर्जे दधातनः ॥ महेरणाय चक्षसे ॥ १ ॥

પતિઓ **च** અને **मन्युकृतेभ्यः** અસાંગયકૃત **पापेभ्यः** પાપોથી **रक्षन्ताम्** રક્ષા કરો **यद्** જે **राऽया** રાત્રીએ **पापं** પાપ **अकार्षम्** કર્યું હોય **मनसा** મનથી **वाचा** વાણીથી **हस्ताभ्याम्** બે હાથથી **पद्भ्याम्** બે પગથી **उदरेण** પેટથી **शिश्ना** લિંગથી **रात्रि** રાત્રીકાળ ભગવાન **तत्** તે **अवलुंपतु** દુર કરે **यत्** જે **किंचित्** કાંઇ **दुरितं** બીજુ પાપ **मयि** મારામાં **इदं** આ **अहं** હું **माम्** મારા **अमृतयोनौ** મોક્ષના કારણરૂપ **सूर्ये** સૂર્યમાં **ज्योतिषि** હૃદયના મધ્યમાં રહી પ્રકાશ કરનાર **जुहोमि** હોમું છું **स्वाहा** સારી રીતે હોમેલું થાઓ.

ॐ योवः शिवतमो रसस्तस्य भाजयतेहनः ॥ उशतिरिवमातरः ॥ २ ॥

ॐ तस्मा अरंगमामवो यस्यक्षयाय जिन्वथ ॥ आपो जन यथाचनः ॥

હવે નીચેનેા મંત્ર ભણુતાં સુધી જમણા હાથમાં પાણી રાખી જમણી નાશીકાના છીદ્ર આગળ તે જમણા હાથમાં રાખેલું પાણી રાખવું અને ડાબા હાથના અંગુઠા વડે ડાબું નશકોરૂં દબાવી રાખવું અને શરીરમાંનેા પવન જમણી નાશીકાથી જમણી હથેળીના પાણીમાં કાઢે જવેા અને મંત્ર ભણવેા.

[1] ॐ द्रुपदादिव मुमुचानः स्विन्नः स्नातो मलादिव पुतंपवित्रेणे वाज्यमापः शुन्धन्तुमैनसः ॥

જમણા હાથમાં પાણી રાખી નીચેનેા સંકલ્પ કરવેા.

ऋत्यंचे सत्यं चेतित्य घमर्षणंऋषिः ॥ भावभूथो देवता ॥ अनुष्टुप् छंदः ॥ अथ मर्षणे विनियोगः ॥

---

૧ શબ્દાર્થ.

પ.દુકાથી છુટેા થએલ જેમ પરસેવા વાળેા મનુષ્ય સ્નાન કરવાથી મેલથી જેમ ભેાકળેા થાય છે પવિત્ર ગરણે ગળવાથી ઘી જેમ પવીત્ર થાય છે તેમ હે પાણી મને પાપથી પવિત્ર કરેા અર્થાત પાપ સ્પર્શ ન કરે એમ કરેા. પાપથી મુકત કરેા અને પવિત્ર કરેા.

નીચેનેા મંત્ર ભણતાં સુધી જમણા હાથમાં પાણી રાખવું અને મંત્ર પુરેા થયા બાદ પાણી તરભાણામાં મુકવું.

ॐ ऋत्यचं सत्यंचाभिद्धात्तपसो अध्यजायत ततो रात्र्य जायत ततः समुद्रोर्णवः समुद्रादर्णवादधि संवत्सरोऽजायत ॥ अहोरात्राणि विदधत् विश्वस्य मिषतो वशि ॥ सूर्या चंद्रमसौ धाता यथा पूर्वम कल्पयत् दिवं च पृथिविं चातरिक्षं मथोस्वः ॥ अंजलिप्रक्षेपः ॥ તરભાણામાં મુકવું.

ततो गायत्री मंत्रेण सूर्यार्घत्रयं सावित्र्यरधोमुखैकेनांजलिना अर्घ्यंदद्यात् ॥

સૂર્ય સન્મુખ ઉભા થઇ બન્ને હાથ વડે એક અર્ઘ (અર્ઘીઆમાં અથવા આચમનીમાં પુષ્પ, જલ, ચંદન તુલસી નાંખીએ ત્યારે અર્ઘ થાય તે અર્ઘ કહેવાય) પકડી ગાયત્રી મંત્ર ત્રણ વખત ભણી સૂર્ય સામુ જોઇ તે અર્ઘ તરભાણામાં નાંખવેા તે અર્ઘ એક થયેા કહેવાય. તેવા ત્રણ અર્ઘ પ્રાતઃકાલની સંધ્યામાં સૂર્યને આપવા અર્થાત તરભાણામાં નાંખવા ત્રણ વખત ભણવાનેા ગાયત્રી મંત્ર નીચે પ્રમાણે છે.

ॐ भूर्भुवः स्वः ॐ तत्सवितुर्वरेण्यं भर्गो देवस्यधीमहि ॥ धियो योनः प्रचोदयात् ॥

ततो गायत्री मंत्रेण प्रदक्षिणा

ગાયત્રી મંત્ર ભણી ઉભાં ઉભાં એક પ્રદક્ષીણા કરવી.

પછી જમણા હાથમાં પાણી રાખી નીચેનો સંકલ્પ કરવો.

ॐ उद्वयमिति प्रस्कण्व ऋषिः ॥ अनुष्टुप् छंदः सूर्यो देवता उदुत्यमिति प्रस्कण्वऋषिः ॥ गायत्री छंदः ॥ सूर्यो देवता ॥ चित्रं देवानामिति कुत्सांगि रस ऋषिः ॥ त्रिष्टुप् छंदः सूर्यो देवता ॥ तच्चक्षुरिति दध्यं गाथर्वण ऋषिः ॥ उष्णिक छंदः सूर्यो देवता सूर्योपस्थाने विनियोगः ॥

આ સંકલ્પ કર્યા બાદ ઉભા થવું અને નીચેના મંત્રો વડે સૂર્ય સામું જોઇ સૂર્ય ઉપસ્થાન કરવાનું છે તે વખત પોતાના બન્ને હાથો કટી પાસે હાથ નીચે અને જમણો ઉપર તેમ સવળા રાખવા મંત્ર પુરો ભણી રહ્યા બાદ પછી જેમ હતા તેમ રાખવા.

ॐ उद्वयन्तम मस्परिस्व पश्यन्त उत्तरम् ॥ देवं देवत्रा सूर्य मगन्मज्योतिरुत्तमम् ॥ १ ॥ ॐ उदुत्यं जात वेद संदेवं वहन्ति केतवः ॥ दृशेविश्वाय सूर्यम् ॥ २ ॥ ॐ चित्रं देवाना मुदगादनीकं चक्षुर्मित्रस्य वरुणस्याग्नेः ॥ आप्राद्यावा पृथिवी अन्तरिक्षं सूर्य आत्मा जगतस्तस्थुषश्च ॥ ३ ॥ ॐ तच्चक्षुर्देव हितं पुरस्ताच्छु क्रमुच्चरत् ॥ पश्येम शरदः ॥ शतं जीवेम शरदः शतं शृणुयाम शरदः शतं प्रब्रवाम शरदः शतमदीनाः स्याम शरदः शतं भूयश्च शरदः शतात् ॥ ४ ॥

પછી જમણા હાથમાં પાણી રાખી નીચેનો સંકલ્પ કરવો

तेजोसीती परमेष्ठी प्रजापती ऋषिः ॥ आज्यंदेवतं यजु
र्गायत्री छंदः गायत्र्या वाहने विनियोगः ॥

હવે નીચેનો મંત્ર બન્ને હાથ જોડી ભણી જવો.

ॐ तेजोसि शुक्रमस्य मृतमसि धामनामासि प्रियं देवा
नामना धृष्टं देव यजनमसि ॥

પછી જમણા હાથમાં પાણી રાખી નીચેનો સંકલ્પ કરવો.

ॐ तुर्याय पदस्य विमल ऋषिः । परमात्मा देवता ।
गायत्री छंदः ॥ गायत्री उपस्थाने विनीयोगः ॥

પછી બન્ને હાથો સૂર્ય સામા સવળા ઉંચા રાખી
નીચેનો મંત્ર ભણવો તેથી ગાયત્રી ઉપસ્થાન થશે.

ॐ तस्या उपस्थानं गायत्र्यस्येकपदीद्विपदी त्रिपदी चतु-
ष्पद्यपदासि नाहिपद्य सेनमस्ते तुरीयाय दर्शताय पदाय परो
रजसे सावदोमा प्रापादिति बंहिष्मादू सावस्मै कामोमा सम
द्धीति वानहैवास्मै सकामः ॥ रामृध्यते यस्माएत्र मुपातिष्ठते
हमरः प्रापमिति वा ॥

નીચેનું ગાયત્રી શ્રાપાવિમોચન બન્ને હાથ જોડી
ભણી જવું.

गायत्री शापाविमोचनम्

ॐ गायत्री ब्रह्मेत्युप सितायद्रुपं ब्रह्मविदो विदुस्तां पश्यन्तिरासु मनसावाच प्रतः ॥ ब्रह्मशाप विमुक्ताभव ॥ वसिष्ठ शापविमुक्ताभव ॥

હવે નીચેની ચોવીસ મુદ્રાઓ છે તે કરવાની છે આ ચોવીશ મુદ્રાઓ કેવી રીતે લખવાથી સમજાવી શકાય તેમ નથી જેથી તે કરવાની બીના લખવામાં આવી નથી પણ જેઓ ચોવીશ મુદ્રા કરી જાણતા હોય તેવા પાસેથી જાણી આંહી નીચેના મંત્ર ભણતાં કરવાની છે જ્યાં સુધી તેવી રીતે શીખવાની તક ન મલે ત્યાં સુધી હાથ જોડી નીચેનો મંત્ર ભણી જવો.

મુદ્રા વગર ગાયત્રી જપવાનું પુરૂં ફલ મળી શકતું નથી માટે મુદ્રાઓ જાણવાની જરૂર છે.

सन्मुखं संपुटं चैव ॥ वितीतं विस्तरणं तथा एकमुखं द्वीमुखं चैव ॥ त्रिमुखंच चतुर्मुखं ॥ पंचमुखं षणमुखं चैव ॥ अधोमुखं व्यापकां जञ्जिकं तथा शकटं यम पाशंच ॥ ग्रंथीतं चोन्मुखो मुखं विलंबं मुष्टिकं चैव ततो कूर्म वराहकौ ॥ सिंहाक्रांतं महाक्रांतं ॥ मुदारंपल्लवस्तथा ॥ एतामुद्रा न जानाति ॥ गायत्र्या निष्फला भवेत्

હવે ગાયત્રી જપ શરૂ કરવા માટે નીચેનો સંકલ્પ કરવો.

ॐ तत्सवितुरिति विश्वामित्र ऋषिः ॥ गायत्रि छंदः ॥ सविता देवता ॥ शुक्लवर्णा अग्नि मुखं ब्रह्माशिरो विष्णु हृदये कवचं ॥ गायत्र्या यन गोत्रं पृथ्वी कुक्षि पाताल चरणौ ॥ त्रिपदा गायत्रि अशेष पापक्षयार्थे गायत्रो प्रसादसीध्यर्थे जपे विनियोगः॥

બન્ને હાથ જોડી નીચેના મંત્રવડે ગાયત્રીનું ધ્યાન કરવું.

ॐ मुक्ताविद्रुमहेमनीलधवल छायैर्मुखै स्त्री क्षणै ॥ युक्ता बिंदु निबद्ध रत्न मुकुटां तत्वात्म वर्णात्मिकां ॥ गायत्री वरदा भ्यां कुशगदा पात्रं कपालं गुणं ॥ शंख चक्र मथारविंद ममलं हस्तै र्वहंतं भजेत् ॥

આંહી ગાયત્રી મંત્ર જપ શરૂ કરવો.

गायत्री जपेत् ॥ त्रीशत वा अष्टोत्तरं शतं वा चतुर्विंशति जपेत् ॥ वादश संख्या जपेत् ॥

गायत्री मंत्र.

ॐ भूर्भुवःस्वः ॐ तत्सवितुर्वरेण्यं भर्गोदेवस्यधीमहि ॥ धियोयोनः प्रचोदयात् ॥

ઉપરનો મંત્ર પોતાની મરજી પ્રમાણે જપવો. એક મંત્ર ભણીને એક પારો મુકવો. માળા વચલી આંગળી ઉપર રાખીને જપ કરવો. અંગુઠો તથા અંગુઠા પાસેની

આંગળીથી પારો ફેરવવો માળા ૧૦૮) પારાની હેવી સંધ્યાના પ્રમાણ-પ્રમાણે માળાઓ ત્રણ કરવી જેથી સંધ્યા કરવાનું પરિપૂર્ણ ફળ પ્રાપ્ત થાય છે પણ કોઇ ખાશ કારણને પ્રસંગે ઉતાવળ હોય તો માળા કમતીમાં કમતી એકતો અવશ્ય કરવી તેથી વધારે કામ હોય અને ઉઠયા વિના છુટકોજ નથી તેવું હોય ત્યારે ચોવીશ વાર ગાયત્રી ભણી જવી અને તેથી કમતી દશ વખત ગાયત્રી મંત્ર ભણી જવો પણ વગર કારણે ત્રણ માળાથી ઓછી કરવાથી પ્રાશ્ચીત થાય છે માટે ત્રણજ કરવી.

ગાયત્રી જપી રહ્યા બાદ હાથ જોડી નીચેનો મંત્ર ભણી શ્રી સૂર્યનારાયણને નમસ્કાર કરવા.

ॐ विश्वतश्चक्षुरुत विश्वतोमुखो विश्वतो बाहुरुत विश्वतस्पात् ॥ संबाहुभ्यां धमति संपतत्रैर्ध्यावा भूमीजनयंदेव एकः॥ इति नमस्कार ॥

નીચેના મંત્રથી જે ગાયત્રી જપ કર્યો હોય તે નીવેદન કરવો.

ॐ देवागातु विदोगातुं वित्वागातुमित ॥ मनसस्पत इमं देव यज्ञटस्वाहावाते धाः ॥

अनेन त्रिशत संख्याकेन गायत्रीजपेन प्रातःसंध्यांगभूतेन श्रीभगवान ब्रह्मस्वरूपि सविता देवता प्रीयंतां

એ પ્રમાણે બોલી જમણા હાથમાં લીધેલું પાણી નીચે મુકી પછી નીચેના વાક્યથી સૂર્યને પગે લાગવું.

ॐ सवित्रे नमः

ઉપરના સંકલ્પમાં ત્રીશત જપ માટે એટલે ત્રણ માળાઓ ફેરવી હોય તે માટે શબ્દ મુકવામાં આવ્યો છે પરંતુ એક માળા ફેરવી હોય તો અષ્ટોત્તર (૧૦૮) ચોવીશ ગાયત્રી મંત્ર જપ કર્યો હોય તો चतुर्विंशति (૨૪) અને દશ ગાયત્રી જપ કર્યો હોય તો दश (૧૦) એ પ્રમાણે બોલવું.

હવે નીચેના મંત્રથી ગાયત્રીનું વીસરજન કરવું એટલે બન્ને હાથ જોડી નીચેના મંત્ર ભણવો.

ॐ उत्तमे शिखरे जाता ॥ भूम्यां पर्वतवासिनि ब्राह्मणेभ्यो ह्यनुज्ञाता ॥ गच्छदेवी यथा सुखं ॥ यदक्षरं पदंभ्रष्टं ॥ मात्राहीन सुरेश्वरि ॥ तत्सर्वंक्ष्यम्यतांदेवि ॥ प्रसिद्धपरमेश्वरि॥ सूर्याय नमः ॥ प्रजापतये नमः ॥

પછી હાથ જોડી નીચેનો શ્લોક ભણવો.

ॐ उतिष्टे वेदमाताच ॥ द्विजानां पापनाशनी ॥ आयुषतेजबलंदत्वा ॥ गच्छदेवी यथासुखं ॥ षट्शत गणनाथंस्यात्॥ षट्सहस्रं प्रजापतौ षट्सहस्रं गदापाणौ॥ षट्सहस्रं त्रीलोचने॥ सहस्रमेक आत्मानं ॥ सहस्रं परमात्मने ॥ सहस्रं [illegible]मेतिजो ॥ जपति नित्यम संशयः ॥

इति प्रातःसंध्या समाप्त ॥

॥ मध्यांन संध्या प्रयोग ॥

પ્રાતઃસંધ્યા પ્રમાણેજ મધ્યાન્હ સંધ્યા કરવાની છે. પણ તેમાં અમુક જગ્યાએ કેટલોક ફેરફાર કરવો પડે છે જે આ નીચે બતાવવામાં આવેલ છે.

* આ ચીન્હ પ્રાતઃસંધ્યામાં અમુક અમુક જગ્યાએ કરવામાં આવેલ છે તે તે જગ્યાએ મધ્યાન્હ કાળમાં પ્રાતઃ સંધ્યામાં લખ્યા પ્રમાણે ન બોલતાં જે બોલવાનું છે (ભણવાનું છે) તે આંહી લખવામાં આવે છે.

१ * ॐ आपः पुनं तु पृथ्वी पृथ्वीं पूता पुना तु मां ॥ पुनंतु ब्रह्मणस्पति ब्रह्मपूता पुनातुमां ॥ यदुच्छिष्टम भोज्यंच॥ यद्वादुश्चरितं मम ॥ सर्वंपुनंतु मामापोऽसतांच प्रतिग्रहंस्वाहा ॥

* એકજ અર્ઘ આપવો બાકી તેજ પ્રમાણે.

* કટી પાસે હાથ નહીં રાખતાં ઉંચા સવળા હાથ રાખવા બાકી તેજ પ્રમાણે.

---

૧. શબ્દાર્થ.

પાણી પૃથ્વીને સ્થુળ (શરીરને) પવિત્ર કરો, પવિત્ર થએલી પૃથ્વી (સ્થુળ શરીર) મને (ક્ષેત્રજ્ઞને) પવિત્ર કરો (વળી તે પાણી) જ્ઞાનના પતિને (બુદ્ધિને) પવિત્ર કરો પવિત્ર થએલી બુદ્ધિ મને પવિત્ર કરો જે એઠું અને નિંદિત ભોજ્ય તથા અપતિ ગ્રહનો પ્રતિગ્રહ (મેં ગ્રહણ કરેલ હોય) અથવા જે મારામાં દુરાચરણ હોય તે સર્વથી જળ મને પવિત્ર કરો (આ આચમન વડે સર્વ પાપો) સારી રીતે હોમેલ થાઓ.

सायंसंध्या प्रयोग.

આ સંધ્યામાં પણ પ્રાતઃ સંધ્યા પ્રમાણેજ કરવું પરંતુ જે પ્રમાણે મધ્યાન્હ સંધ્યામાં ફેરફાર કર્યો છે તે પ્રમાણે સાયંસંધ્યા કરતાં નીચેનો ફેરફાર કરવાનો છે.

* આ ચીન્હ ફેરફાર કરવા વાળી જગ્યાનું છે.

१ * परविष्नुवासये सायंसंध्यो

२ * ॐ वृद्धांसरस्वतीं कृष्णां ॥ पीतवस्त्रां चतुर्भुजां ॥ शंख चक्र गदा पद्मां ॥ हस्तां गरुडवाहिनीं ॥ बदर्याश्रममावासा ॥ मायांतीं सूर्यमंडलात् ॥ आगच्छ वरदेदेवि ॥ त्र्यक्षरे विष्णुवादिनि ॥ भारति छंद सामात विष्णुयोनि नमोस्तुते ॥

३ * ॐ अग्निश्च, मामन्युश्च, मन्युपतयश्च, मन्युकृतेभ्यः पापेभ्यो रक्षंतां, यदह्नापाप मकार्षं, मनसावाचा हस्ताभ्यां, पद्भ्यामुदरेण शिश्ना, अहस्तद् वलुंपतु, यत्किंचिदुरितंमयि, इदमहं मामभृत योनौ, सत्ये ज्योतिषि जुहोमि स्वाहा ॥

---

२ *શબ્દાર્થ.

વૃદ્ધા, સરસ્વતી, કૃષ્ણા, પીળાં વસ્ત્રવાળી ચાર હાથ વાળી, શંખ ચક્ર, ગદા ને પદ્મ જેના હાથમાં છે એવી ગરૂડવાહીની બદ્રીકાશ્રમમાં રહેનારી, સુર્યમંડળમાંથી આવનારી એવી હે વર દેનારી દેવી હે ત્ર્યક્ષરે હે વિશ્નુવાદિની આવ હે ભારતી હે વેદની માતા હે વિષ્ણુ યોની તને નમસ્કાર હો.

૩ *પ્રાતઃસંધ્યામાં જે પ્રમાણે છે તેમાંના ચાર શબ્દોજ માત્ર

૪ * ત્રણ અર્ઘ પ્રાતઃસંધ્યા પ્રમાણેજ આપવા.

૫ * સાંજના ઉપસ્થાન વખતે બન્ને હાથેા સવળા ભેગા કરી ગેાળ કરવા એટલે બન્ને હાથના અંગુઠા ભેગા રહે અને બન્ને હાથની ટચલી આંગળીઓ ભેગી રહે બાકી આંગળીઓ જુદી રહે તેવી રીતે ગેાળાકાર આંગળાં ઉંચાં રાખી તે પ્રમાણે છાતી પાસે હાથેા રાખવા.

૬ * શ્રીભગવાન વિષ્ણુ સ્વરુપિણે.

૭ * ॐ उत्तमे शिखरे जाता ॥ भूम्यां पर्वत मूर्द्धनी ॥ विष्णु योनिसमुत्पन्ना ॥ गच्छदेवी यथा सुखं ॥

ટીપઃ—સાયંસંધ્યા પશ્ચીમ દીશામાં રહી કરવી અર્ઘ ઉભા થઇ આપવેા ઉપસ્થાન ઉભા થઈ કરવું.

આમાં ફેરફાર છે જે નીચે પ્રમાણે છે.

सूर्यश्च ને બદલે अग्निश्च એટલે અગ્નિ.
रात्र्या ને બદલે अह्न એટલે દીવસે.
रात्रिः ને બદલે अहः એટલે દીવસ.
सूर्ये ના બદલે सत्ये એટલે સત્યમાં.

(પરબ્રહ્મમાં.)

૭ *શબ્દાર્થ.

પૃથ્વીમાં શ્રેષ્ટ પર્વતના ઉત્તમ શીખરમાં જન્મેલી, સારી રીતે ઉત્પન્ન થએલી, હે વીષ્ણુયેાની હે દેવી હવે તમે યથા સુખે જાઓ.

પ્રાર્થના.

મહાશયો !

ચાલુ જમાનામાં જ્યાં જોઇએ છીએ ત્યાં મગજ ખાલી થઇ જવાની તેમજ લોહી બગડવાની અને નીર્બળતાની ફરીયાદો સાંભળવામાં આવે છે અને એથી કેટલાએક હિંદુ ગૃહસ્થો કોડલીવર, ઓઈલ વિગેરે લેવા તૈયાર થયા છે જે અમારા જાણવામાં આવવાથી કોડલીવર ઓઈલ વિગેરે અ-પવિત્ર પદાર્થથી સોગણું કામ કરી શકે તેવી યોગ્યતા શોધવા અમો ઘણાં વરસથી પ્રયાશમાં હતા. અને તે પરમાત્માની ઇચ્છાથી વિરક્ત યોગી પુરૂષોથી તે મેળવવાને ફતેહમંદ થયા છીએ. જેથી વિનતી કરવા ફરજ પડે છે કે આપનું લોહી સુધારવા ઈચ્છતા હો અને બળવાન થવાની જરૂર ધારતા હો તો નીચેના પાકો મંગાવો અને વાપરો. આ પાક દરેક ઋતુમાં લેવાઈ શકાય છે.

તુલસી પાક રૂા. ૧) નો શેર સવા.

પ ક લોહીને સુધારે છે, જઠરાગ્નિ પ્રદિપ્ત કરે છે, મગજ શક્તિ ૧ વધારે છે, ગમે તવો ખોરાક પ છે, અને પથ્થરની સાથે લડવાલાયક પુરૂષને મજબૂત બનાવે છે.

લીલાગર પાક રૂા. ૧) નો શેર ૧॥ દોઢશેર.

આ પાક, પ્રકૃતિ શાન્ત રાખે છે, જઠરાગ્નિ પ્રદિપ્ત કરી ખોરાક પુષ્કળ ખવરાવે છે, યાદદાસ્ત તાજી કરી તત્વ શોધવાની શક્તિ આપે છે અને શરીર પુષ્ટ બનાવી કાન્તીવંત કરે છે.

કુંવર સરફાં પાક રૂા. ૧) નો શેર ૨ બશેર.

આ પાક પેટના તમામ રોગોને મૂળમાંથી નાબુદ કરે છે, લોહી સુધારે છે, વિચાર શક્તિને વધારે છે, હાથ અને પગોમાં અનહદ બળ આપે છે, દસ્ત સાફ રાખે છે અને છાતી મજબૂત બનાવે છે.

હિરણ્ય સત્વ ચુર્ણ રૂ. ૧) નું શેર ૧ એક.

આ ચુર્ણ સ્ત્રીઓને અનહદ ફાયદો આપે છે, આ ચુર્ણને ઉકાળી ઉકાળા તરીકે ઉપયોગમાં લેવાનું છે, આ ચુર્ણના ઉકાળાથી હરેક જાતના સુવારોગ એકજ અઠવાડિયામાં મૂલથી નાશજ પામે છે, સ્ત્રીઓનું નબળાપણું નાબુદ કરે છે, પેટના તમામ રોગોને નાશ કરી લોહી સુધારી જઠરાગ્નિ પ્રદિપ્ત કરે છે અને અનહદ શક્તિ પ્રાપ્ત કરે છે.

હિરણ્ય સત્વ રસ રૂા. ૧) નો શેર ૦ા પાશેર

આ રસ, હિરણ્ય સત્વ ચુર્ણ માફકજ કામ કરે છે.